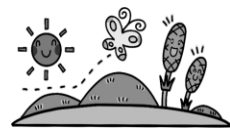


食育だより

目標：身じたくを整えて食事をしよう



令和8年4月号

大田区立中萩中小学校
校長 尾上 健二

元気っぱいの新1年生を迎え、本年度も学校給食が始まります。学校給食は学校教育の一環として、こどもたちが栄養バランスのとれた適切な食事を先生や友だちと一緒にとりながら、食事の大切さ、心身の健康、食品を選ぶ力、感謝の心、社会性、そして食文化などを学ぶ食育の授業時間です。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

大切な給食当番の仕事

こどもたちが自分たちで食事の準備や後片付けを行い、協力してみんなで楽しく食べることは、学校給食のねらいの1つです。給食当番は、給食を楽しく、おいしく、そして安全に食べるためにとても大切な仕事をしています。

給食当番になったら…

つめの長さや身だしなみに気をつけよう。清潔なハンカチを毎日用意しよう。



トイレを済ませて、せっけんを使って手をしっかり洗ってから白衣に着替えよう。



マスクは鼻と口をしっかりと覆うようにつけましょう。



髪はぼうしから出しません。長い髪の方はピンなどでまとめておこう。



白衣を着たら、壁によりかかったり、ふざけたりしてはだめだよ。



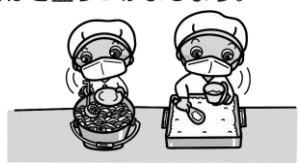
盛りつけ方や1人分の量を確認しておきましょう。



汁ものは底をよくかきまぜながら盛りつけて、残しがないようにしよう。



当番同士でおしゃべりをせず、てきぱき盛りつけましょう。



1週間の当番が終わったら、白衣を家で洗濯・アイロンがけし、忘れずに学校に持ってきましょう。

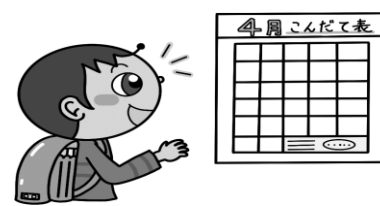


家庭とつながる学校給食

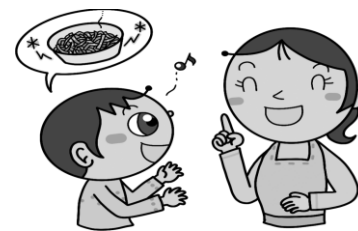
学校給食は栄養のバランスの良い給食を提供することはもちろんのこと、「安全で安心できるおいしい給食」を提供するために給食室一同努めてまいります。今年度の給食民間委託業者は「葉隠勇進株式会社」に委託されました。よろしくお願いいたします。

また食育は学校だけですべてを行うことはできません。よい食べ方や食べる力が身につくよう、ご家庭でもこんなところに気を配っていただけますようお願いいたします。

今日の給食について話そう



献立表をご家庭内の見やすい場所に張り出して、ぜひ毎日の話題にしてください



献立や食べた感想を聞いてあげてください。気になったレシピは栄養士にお尋ねください。

ご家庭での食卓では…



食べ物は多くの人の手によって食卓に届き、料理も食べる人の事を思って作られます。感謝して食べることの大切さを折に触れてお話してあげてください。



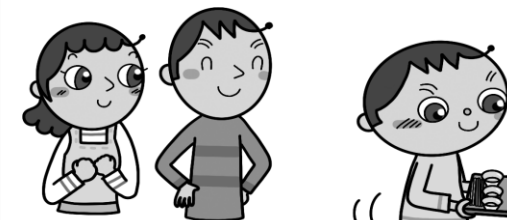
こどもが食べないからと、苦手なものを食卓に全く出さないのはよくありません。一口でも挑戦したり、大人が美味しそうに食べている姿を見せることも大切な食育です。

食べることに集中できる時間を



給食では決まった時間で食べ終わるように指導しています。ご家庭でもテレビを見ながらといった「ながら食べ」をなるべく避け、食べることに集中できる雰囲気づくりを心がけてください

お手伝いは積極的に



給食では全員が当番となり、準備や片付けをします。こどもは食べ物や食事に興味津々です。学校で身に付いた力を定着させていくためにも、ご家庭でぜひお手伝いを積極的にさせてあげてください。